

EFEITO IMEDIATO DA INIBIÇÃO POSICIONAL NA LOMBALGIA INESPECÍFICA
CRÔNICA E NA MOBILIDADE DO TRONCO: UM ESTUDO PILOTO DE UM ENSAIO
CLÍNICO RANDOMIZADO SHAM CONTROLADO

Kathleen Barboza da Silva¹, Thaynara do Nascimento Paes Barreto².
Gisela Rocha de Siqueira³.

1- UFPE; Fisioterapeuta; Recife-PE-Brasil

2 - UFPE; Fisioterapeuta; Doutoranda do programa de pós graduação em
Fisioterapia do DEFISIO; Recife-PE-Brasil

3 - UFPE; Professora Associada do Departamento de Fisioterapia (UFPE); Doutora
em Saúde da Criança e do Adolescente (UFPE); Recife-PE-Brasil.

Introdução: A lombalgia refere-se a um conjunto de manifestações álgicas que afetam a região lombar, sacral e sacro-ilíaca, sendo classificada como crônica quando perdura por um período maior que três meses. Embora seja classificada como a segunda maior condição incapacitante no mundo, existem muitos obstáculos para definir sua causa base devido à natureza multifatorial deste fenômeno, geralmente, está associada a disfunção miofascial, dor, tensão muscular e surgimento de pontos gatilhos miofasciais. **Objetivos:** Este trabalho tem como objetivo apresentar uma análise da efetividade da inibição posicional em comparação ao sham na diminuição da dor lombar e no aumento da mobilidade do tronco em adultos com lombalgia inespecífica crônica. **Métodos:** Foi selecionado um grupo de 6 indivíduos com dor lombar crônica, com idade entre 18 a 59 anos. A Escala Visual Analógica e Algometria foram usadas para a avaliação da dor, e registros em vídeo foram feitos para a análise posterior dos graus de mobilidade do tronco no software CORELDRAW. O tratamento consistiu da aplicação da técnica de inibição posicional nos pontos gatilho do longuíssimo e iliocostal ao nível de L1, quadrado lombar profundo e iliopsoas Espinha ilíaca ântero-superior (EIAS). **Resultado:** O grupo inibição mostrou redução da intensidade da dor ($p<0,05$). Na algometria, o grupo inibição apresentou diminuição do limiar de dor nos pontos gatilhos do iliocostal, quadrado lombar e iliopsoas ($p<0,05$), já no grupo sham não houve diferença significativa no limiar de dor. Na mobilidade do tronco, o grupo inibição melhorou nos movimentos de inclinação para a direita, extensão e rotação para esquerda e direita. No grupo sham não houve diferença significativa. **Conclusão:** Os resultados deste estudo exploratório mostram que a técnica de inibição posicional favorece a diminuição do quadro álgico e aumenta a mobilidade do tronco em pacientes com dor lombar inespecífica crônica.

Palavras - Chave: Inibição posicional; Dor Lombar inespecífica; Mobilidade.

Proponente: Profissional